

HUBUNGAN KONSEP DIRI DENGAN PENERIMAAN PERUBAHAN FISIK MASA PUBERTAS PADA SISWI DI SMPN 1 TEMBILAHAN

Yoneta Oktaviani

Akademi Kebidanan Husada Gemilang, Tembilahan, Riau, Indonesia
yonetayme@yahoo.com

Abstrak

Masa remaja dikenal sebagai salah satu periode dalam rentang kehidupan manusia yang memiliki beberapa keunikan tersendiri. Keunikan tersebut bersumber dari kedudukan masa remaja sebagai periode transisional antara masa kanak-kanak dan masa dewasa atau yang lebih kita kenal dengan pubertas. Masa ini sikap individu mengalami berbagai perubahan baik fisik maupun psikis. Remaja putri tampak kurang menyukai perubahan fisik ketika beranjak remaja, khususnya mengenai penambahan lemak tubuh. Perubahan fisik ini dapat menyebabkan remaja putri seringkali merasa malu dan menutup diri terhadap lingkungan. Desain penelitian analitik, dengan populasi 166 orang dan sampel sebanyak 117 orang. Analisa data menggunakan uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri pada masa pubertas di SMPN 1 Tembilahan yang konsep dirinya berada dalam kategori baik yaitu 53% dan sebanyak 47% yang konsep dirinya tidak baik. Remaja putri pada masa pubertas memiliki penerimaan yang positif terhadap perubahan fisik yaitu sebanyak 47%, dan penerimaan negatif terhadap perubahan fisik sebanyak 53%. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan nilai $p=0,018$, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri terhadap penerimaan perubahan fisik masa pubertas. Oleh karena itu, diharapkan kepada pelayanan kebidanan lebih memperhatikan pendidikan kesehatan pada remaja tentang perubahan-perubahan yang terjadi pada masa pubertas untuk mempersiapkan remaja dalam menghadapi masa pubertas.

Kata kunci : Konsep Diri; Masa Pubertas; Perubahan Fisik; Remaja Putri

THE CORRELATION BETWEEN SELF CONCEPT AND ACCEPTANCE OF PHYSICAL CHANGES DURING PUBERTY ON STUDENTS OF SMPN 1 TEMBILAHAN

Yoneta Oktaviani

Akademi Kebidanan Husada Gemilang, Tembilahan, Riau, Indonesia
yonetayme@yahoo.com

ABSTRACT

Adolescence is known as one of the periods in the span of human life that has several unique features. This uniqueness comes from the adolescence as a transitional period between childhood and adolescence or puberty. During this period, the attitudes of individual meet several changes both physical and psychological. Young women seem to dislike physical changes when they are teenagers, especially regarding the increase in body fat. This physical change can cause young women to feel shy and close themselves to the environment. This research is analytical, with a population of 166 people and sample as 117 people. Data analysis uses chi-square statistical test. The results reveal that young women in puberty at SMPN 1 Tembilahan whose concept was in good category were 53% and 47% of themselves were not good. Young women in puberty have a positive acceptance of physical changes as 47%, and negative acceptance of physical changes as 53%. Based on the results, it is gained that the value of $p=0.018$, it can be concluded that there is a significant relationship between self-concept and acceptance of physical changes in puberty. Therefore, it is expected that midwifery services pay more attention to health education in adolescents about changes that occur during puberty to prepare them for puberty.

Keywords : Self Concept; Puberty; Physical Change; Young Women.

PENDAHULUAN

Masa remaja dikenal sebagai salah satu periode dalam rentang kehidupan manusia yang memiliki beberapa keunikan tersendiri. Keunikan tersebut bersumber dari kedudukan masa remaja sebagai periode transisional antara masa kanak-kanak dan masa dewasa atau yang lebih kita kenal dengan pubertas. Kita semua mengetahui bahwa antara anak-anak dengan orang dewasa ada beberapa perbedaan yang selain bersifat biologis atau fisiologis juga bersifat psikologis (Agustiani, 2009).

Masa ini sikap individu mengalami berbagai perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik, dimana tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula dengan berkembangnya kapasitas reproduktif. Selain itu remaja juga berubah secara kognitif dan mulai mampu berpikir abstrak seperti orang dewasa. Pada periode ini pula remaja mulai melepaskan diri secara emosional dari orang tua dalam rangka menjalankan peran sosialnya yang baru sebagai orang dewasa (Al-Mighwar, 2010). Perubahan peran, fisik dan psikologis mempengaruhi konsep diri seseorang dan konsep diri berpengaruh kuat terhadap tingkah laku seseorang. Dengan mengetahui konsep diri seseorang, kita akan lebih mudah memahami tingkah laku orang tersebut (Agustiani, 2009).

Konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang diperoleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri bukan merupakan faktor bawaan, melainkan berkembang dari pengalaman yang terus menerus dan terdiferensiasi. Dasar dari konsep diri individu ditanamkan pada saat-saat dini kehidupan anak dan menjadi dasar yang mempengaruhi tingkah lakunya kemudian hari (Agustiani, 2009).

Hasil penelitian Fatwiany (2010) dengan judul Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Perubahan Fisik Pada Masa Pubertas Di SMP Kemala Medan Tahun 2010 dengan pendekatan *cross sectional* dan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*, didapatkan nilai $p=0,002$, ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri terhadap penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan dilakukan pada tanggal 20 februari 2019 yang didapatkan dari sepuluh siswi SMPN I Tembilahan, tujuh siswi mengatakan tidak menginginkan peningkatan berat badan yang mereka alami saat melewati masa pubertas sehingga membuat mereka kurang percaya diri untuk tampil di depan umum, ada yang merasa takut wajahnya tidak cantik lagi karena tu

mbuhnya jerawat, bahkan lima diantaranya merasa terganggu karena perubahan bentuk tubuh mereka membuat mereka tidak bisa menarik perhatian orang lain untuk melihatkan bakat yang dimilikinya.

Untuk itu penulis menyarankan kepada pihak sekolah dan orang tua / wali remaja putri untuk membimbing dan memberikan penjelasan tentang penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas agar siswi dapat mengembangkan konsep dirinya yang positif dengan cara menjalankan fungsinya sebagai remaja yang aktif, untuk mencapai cita-cita yang diinginkan, lebih mengembangkan kelebihan-kelebihan yang dimilikinya, dan memperbaiki kekurangan-kekurangan diri, serta dengan aktif bergabung pada kegiatan yang ada di sekolah.

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Putri Pada Masa Pubertas di SMPN I Tembilahan Tahun 2019.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh pelajar putri SMPN 1 Tembilaan kelas VIII yang sudah menstruasi sebanyak 166 orang.

Sampel berjumlah 117 dengan teknik pengambilan sampel dengan cara *stratified random sampling* dari semua kelas VIII. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner. Variabel yang akan diukur adalah konsep diri dan penerimaan perubahan fisik masa pubertas.

Teknik Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh responden untuk mengidentifikasi hubungan konsep diri dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri pada masa pubertas. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Konsep Diri Siswi SMPN 1 Tembilaan.

Konsep Diri	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	62	53
Tidak Baik	55	47
Jumlah	117	100

Berdasarkan tabel 1. dapat dilihat bahwa siswi SMPN 1 tembilaan sebanyak 53% memiliki konsep diri baik dan 47% responden memiliki konsep diri tidak baik.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Penerimaan Perubahan Fisik Masa Pubertas Pada Siswi SMPN 1 Tembilaan.

Penerimaan Perubahan Fisik Masa Pubertas	Frekuensi	Persentase (%)
Positif	55	47
Negatif	62	53
Jumlah	117	100

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 117 responden sebanyak 47% memiliki penerimaan positif terhadap perubahan fisik dan yang penerimaannya negatif terhadap perubahan fisik sebanyak 53%

Tabel 3. Hubungan Konsep Diri Dengan Penerimaan Perubahan Fisik Masa Pubertas Pada Siswi DI SMPN 1 Tembilaan

Konsep Diri	Penerimaan Perubahan Fisik Masa Pubertas				Total		P-Value	OR 95%IC
	Positif		Negatif		N	%		
	N	%	N	%				
Baik	36	58,1	26	41,9	62	100	0,018	2,623
Tidak Baik	19	34,5	36	65,5	55	100		1,239-5,557
Jumlah	55	-	62	-	117	-		

Hasil analisis dengan uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,018$ maka terdapat hubungan yang signifikan sehingga dapat disimpulkan konsep diri memiliki hubungan yang bermakna dengan penerimaan perubahan fisik remaja putri. Di dapatkan pula nilai $OR = 2,623 (1,239 - 5,557)$ yang artinya remaja yang mempunyai konsep diri baik mempunyai

peluang 2,623 kali lebih besar memiliki penerimaan positif dibandingkan dengan remaja yang mempunyai konsep diri tidak baik.

Hasil penelitian Kharisma Nail Mazaya dan Ratna Supradewi (2011) dengan Judul Konsep Diri Dan Kebermaknaan Hidup Pada Remaja Di Panti Asuhan dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan

purposive sampling diperoleh hasil 0,0001 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara konsep diri dengan kebermaknaan hidup pada remaja di panti asuhan.

William H. Fitts (1971, dalam Agustiani, 2009) mengemukakan bahwa konsep diri merupakan aspek penting dalam diri seseorang, karena konsep diri seseorang merupakan kerangka acuan dalam berinteraksi dengan lingkungan. Fitts mengatakan bahwa konsep diri berpengaruh kuat terhadap tingkah laku seseorang. Dengan mengetahui konsep diri seseorang, kita akan lebih mudah meramalkan dan memahami tingkah laku orang tersebut. Pada umumnya tingkah laku individu berkaitan dengan gagasan-gagasan tentang dirinya sendiri.

Konsep diri menjadi lebih berbeda jika remaja mendapat gambaran yang lebih rumit tentang dirinya, gambaran yang memperhitungkan faktor situasional. Konsep diri secara bertahap menjadi lebih individual dan lebih berbeda dari konsep diri orang lain. Walaupun remaja yang lebih muda menggambarkan diri mereka dalam bentuk yang sama dengan teman sebaya, namun sering dengan berlanjutnya masa remaja, remaja menggambarkan dirinya sendiri ke dalam bentuk karakteristik yang istimewa (Wong, et al, 2009).

Hakikatnya bila seseorang diterima, disetujui dan disukai tentang sebagai apa dia dan dia sadar akan hal ini, maka suatu konsep diri yang positif seharusnya menjadi miliknya. Bila orang lain, orangtua, teman-teman sebayanya, guru-guru, memperolok-olok dia, meremehkan dia, menolak dia, mengkritik dia, mengenai tingkah laku ataupun keadaan fisiknya, maka penghargaan terhadap diri atau penerimaan diri yang kecil kemungkinan besar akan timbul. Sebagaimana seseorang dinilai oleh orang lain begitu pula dia akan menilai dirinya sendiri.

Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan antara konsep diri remaja putri terhadap penerimaan perubahan fisik pada masa pubertas. Semakin tinggi penerimaan diri terhadap perubahan fisiknya maka konsep dirinya semakin tinggi dan semakin rendah penerimaan diri terhadap perubahan fisiknya maka konsep dirinya semakin rendah.

SIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara konsep diri terhadap penerimaan perubahan fisik masa pubertas pada siswi di SMPN 1 Tembilahan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan selesinya penelitian ini, peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua yang ikut terlibat dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustiani, H. 2009. *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Diri Pada Remaja)*. Bandung: Rafika Aditama
- Al-Mighwar. 2010. *Psikologi Remaja*. Bandung: CV. Pustaka Setia
- Fatwiany. 2010. *Hubungan Konsep Diri Terhadap Penerimaan Perubahan Fisik Remaja Putri Pada Masa Pubertas di SMPN Kemala Medan*. Diakses pada tanggal 16 Mei 2018.
- Henderson, Jones. 2009. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Hidayat, A.A. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknis Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- John W Santrock. 2008. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Prenada Media Group
- Kartono Kartini. 2012. *Psikologi Anak*. Bandung: Mandar Maju
- Kharisma Nail Muzaya. 2011. *Konsep Diri Dan Kebermaknaan Hidup Pada*

- Remaja Di Panti Asuhan*. Diakses pada tanggal 08 Juni 2018.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika
- Sobur Alex. 2009. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia
- Soepardan, Suryani. 2008. *Konsep Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Sunaryo. 2014. *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC Penerbit Buku Kedokteran (Edisi Kedua)
- Wong, et al. 2009. *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik*. (Alih Bahasa: Hartono, dkk). Jakarta: ECG
- Yusuf Syamsu. 2009. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: Remaja Rosda karya